



<https://www.revclinesp.es>

## V-152 - MODIFICACIÓN DEL ESTILO DE VIDA EN POBLACIÓN INFANTIL OBESA METABÓLICAMENTE SANA

M. Ruiz Moreno<sup>1</sup>, C. Gallardo Escrivano<sup>1</sup>, A. Vargas Candela<sup>1</sup>, A. Vilches Pérez<sup>2</sup>, M. López Carmona<sup>1</sup>, L. Pérez Belmonte<sup>1</sup>, R. Gómez Huelgas<sup>1</sup> y M. Bernal López<sup>1</sup>

<sup>1</sup>IBIMA. Departamento de Medicina Interna. Hospital Regional Universitario de Málaga. Málaga. <sup>2</sup>IBIMA. Departamento de nutrición y endocrinología. Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria. Málaga.

### Resumen

**Objetivos:** El objetivo de este estudio fue analizar el impacto de la modificación del estilo de vida durante 12 meses de intervención basada en dieta Mediterránea y ejercicio físico en población infantil metabólicamente sana (OMSi).

**Material y métodos:** Se incluyeron 131 OMSi con 1 de los siguientes criterios: circunferencia de cintura ≥ 90 percentile, triglicéridos > 150 mg/dl, HDL-c < 40 mg/dl o alteración de la glucosa basal. Tras 12 meses de intervención basada en la modificación del estilo de vida se analizaron parámetros antropométricos, perfiles lipídico, glucémico e inflamatorio, niveles de adipokinas, adherencia a dieta mediterránea, consumo energético, ejercicio físico, composición corporal y grosor de la íntima media carotídea.

**Resultados:** Se incluyeron 131 OMSi (70 niños y 61 niñas; p = 0,65) (edad: 7,9 ± 1,3 años, IMC: 24,7 ± 3,5 kg/m<sup>2</sup>). Observamos una mejora significativa en la adherencia a la dieta mediterránea (+2 puntos) y ejercicio físico tras una intervención de 12 meses de duración. Parte de la población estudiada consiguió una reducción significativa del IMC (-1,0 ± 1,15 kg/m<sup>2</sup>), el peso corporal (-2,0 ± 1,8 kg) y la circunferencia de la cintura (-4,5 ± 3,2 cm). Además, observamos una mejora significativa de los parámetros analíticos en los niveles de insulina y el índice HOMA en el perfil glucémico. La población total no modificó la actividad física moderada-vigorosa, sí mostrando variaciones en la masa magra además de una mejora en el consumo de nutrientes cardiosaludables y una reducción del grosor de la íntima media carotídea.

**Conclusiones:** Una intervención de 12 meses de duración basada en la pérdida de peso con dieta mediterránea y actividad física en OMSi mejora la resistencia a la insulina, el consumo lipídico y la práctica de actividad física moderada- vigorosa así como una reducción del grosor de la íntima media carotídea patológica.

### Bibliografía

- Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. BMJ. 2000;320(7244):1240-3.